

A importância de escrever e divulgar o conhecimento: dicas para aprimorar a redação e aumentar o alcance de nossa mensagem



Ana Pineda

Ecologista espanhola com mais de 15 anos de experiência na área da interação dos microrganismos, insetos e plantas. Tem trabalhado na Espanha e na Holanda, principalmente na Universidade de Wageningen e no Instituto Holandês de Ecologia (NIOO-KNAW). Revisora de mais de 20 periódicos especializados e editora do *Journal of Ecology*, *Plant Biology* e *Frontiers in Plant Science*. Fundadora e diretora do *I focus and write*, onde ensina jovens cientistas a focar e escrever artigos. Também é professora de ioga.

Revista Bioika (RB): Quando você descobriu que pode ajudar às pessoas a melhorar a forma de se comunicar por meio da escrita?

Ana Pineda (AP): Eu te digo, eu, eu tive dificuldade com a escrita. Eu percebia que era uma típica *learner* (aprendiz). Eu adoro. Uma amiga me disse, Ana você adora todos os cursos de *how to* (como fazer), mas é verdade, adoro e quando fiz alguns cursos de escritura, eu disse uau, olha que legal eu aprendi isso. Como vou implementá-lo?

Mas ainda assim tinha uma coisa aqui na cabeça. Isso que você senta a escrever e escreve por cinco minutos ...

vou ver se tenho um e-mail e tal. Vou tomar um cafezinho ... tudo para não escrever.

E algo também muito típico é a Síndrome do Impostor, que de repente, é assim: Eu nunca vou poder escrever de novo, mudei, sou outra pessoa e não consigo mais escrever. Entende? O que me impedia de escrever era uma coisa mental. E depois, outra coisa que também aconteceu comigo e que acontece com muita gente é o perfeccionismo. Você tem o manuscrito quase terminado, mas você não termina. Você entende? E não termina e seu orientador começa: pode mandar para mim? E você: mas está faltando

uma coisinha. E você não acaba, né? Porque você quer que seja perfeito, mas não vai ser perfeito.

Então tudo isso eu já tinha e pensava "ahh que horror". E percebi que estava acontecendo com todo mundo basicamente. Ou quase todo mundo ao meu redor. Então, há três anos que me mudei para cá, onde moro agora, que é em Brunei, um pequeno país na ilha de Bornéu, na Ásia. E quando me mudei estava fazendo pós-doutorado em um projeto que eu adorava. Eu era ingênua e pensava, ah, não passa nada, eu vou, lá, continuamos trabalhando remotamente, fazemos *coffee breaks* (pausa para o café), certo?

Mas aí você vem para aqui, e é outra coisa. Os filhos, tudo. E a verdade é que para mim era difícil trabalhar, mas eu queria terminar. Eu tinha um artigo importante que queria terminar e ainda supervisionava dois alunos de doutorado que basicamente já estavam escrevendo. Seguia com revisões, ajudando-os a escrever. Mais revisões. Então, basicamente, nos últimos, digamos dois anos, eu estava escrevendo minhas próprias coisas ou

colaborando na redação de outros trabalhos.

E foi aqui também que fiz esse curso para ser professora de ioga e olha, fizemos uma meditação e foi depois da meditação que penso: essa estrutura do curso de ioga a poderíamos usar mesmo para escrever artigos.

RB: O que você considera que é escrever bem?

AP: É uma pergunta muito boa. Para mim, escrever com clareza. Você sabe? O que também procuro ensinar aos alunos é "tudo no seu lugar e com clareza", ok? Uma coisa que eu, por exemplo, também sofri muito é que às vezes você lê alguns artigos e eles usam frases complicadas, palavras que soam assim difíceis para mim. Eu disse: ah, como estão bem escritas, de onde vêm essas palavras? Eu não conseguia escrever essas palavras.

E foi em um dos cursos que fiz que o professor nos disse: olha, a maioria dos leitores dos seus artigos não fala inglês como língua nativa, porque a maior parte do mundo científico no fundo não fala, não fala inglês. Haverá muitos latino-americanos, pessoas da África, pessoas

da Ásia. Então, escrever de forma simples é apreciado.

RB: Alguma dica?

AP: Agora, por exemplo, ultimamente também estou prestando mais atenção ao que é a história, o que chamam de *Storytelling* (arte de contar histórias). O fato de as pessoas formularem bem o que é conhecido, qual é o problema, o que não se sabe, qual é a novidade e como esse artigo vai resolver esse problema. Em muitos artigos essa novidade não está, porque quando escrevemos o artigo temos escrito tanto que parece que está claro.

Mas para quem lê pela primeira vez e por exemplo um editor que é mais generalista que não está especializado no tema do teu artigo pode facilmente não enxergar a novidade e pode dizer "Não vejo onde está a novidade aqui". E isso é algo que eu acho que ajuda muito, deixar bem claro, por exemplo no resumo, na introdução, na carta de apresentação, na discussão de novo, sabe? Um grau de repetição em coisas como aquela novidade, ou qual é o objetivo do artigo é muito bom repetir

Saber para quem se dirige, certo? Por exemplo, você vai mandar o artigo científico para uma revista de ecologia ou no meu caso, certo? você vai enviá-lo para uma revista em entomologia ou *Plant Science* ou *The Soil Science*. Saber para quem é dirigido é muito importante porque já tem que focar o artigo a partir desse tópico, entende? Aí você coloca o resto, mas começa com o tema central.

E o mesmo para um blog. Aquele blog para quem é dirigido, quem vai ler, né? Ou um artigo de divulgação. É a comunidade universitária, são alunos de graduação? Também escrevi artigos para técnicos agrícolas, sabe? Ou são os fazendeiros ou é para a imprensa. Em outras palavras, você tem que pensar muito bem para quem é e adaptar a linguagem e o que você vai dizer a esse público.

As vezes digo aos alunos também, quando você começa um estudo e tal, conecte um pouco com o porquê de você estar fazendo isso. Por que você quer investigar? Bem, no final quase todos nós queremos seguir em frente, o mundo, a sociedade, queremos contribuir com algo.

E é isso que estou lhe dizendo, se você não escrever, ninguém vai saber. Você tem que escrever em algum lugar, seja um artigo de divulgação ou uma publicação de alto impacto em inglês, seja o que for, mas você tem que escrever e comunicá-lo. Se não, o que fizemos perde o sentido e acaba em alguma gaveta. E afinal, o comunicar é levar pra quem vai se beneficiar, quem vai usar, aplicar ou o que for.

RB: Qual é sua opinião do uso das redes sociais para fazer divulgação científica?

AP: Sim, eu adoro. Vejamos, comecei... assim... o twitter é o que eu mais gosto, o resto das redes sociais são difíceis para mim, custa-me muito. E o que gosto muito do twitter é que cada um pode decidir o que quer fazer com o twitter. Se quiser apenas seguir as pessoas, escutar, aprender. No começo eu era um pouco assim, acho que em inglês eles chamam de *lurkers* (participantes de comunidades virtuais que têm apenas atividade receptiva). A gente fica aí quietinha, tranquila, observando, ouvindo sem falar nada.

Por exemplo, chegou um tempo em que toda a bibliografia nova a estava

descobrimo por Twitter. E a bibliografia que eu descobria era por ouvir que alguém estava me contando sobre isso. Em outras palavras, se houvesse mais pessoas me contando, bem, eu teria descoberto mais. Também comecei a me conectar um pouco com as pessoas. Bom, olhe para nós, nos conectamos através do Twitter.

E há muitas pessoas que começam colaborações científicas através do Twitter. Em alguns artigos que eu editei, os revisores os achei entre as pessoas que sigo no twitter. O *networking* (fazer contatos) científico também é muito útil e aí é claro qualquer rede social para divulgar seus resultados é maravilhoso que seja tão rápido, né? Você está no laboratório e no seguinte momento pode colocar qualquer resultado no twitter, se quiser.

RB: Qual o caminho para aprender a escrever claramente?

AP: A primeira coisa é escrever muito. Recomendo escrever todos os dias sem nos torturar. Ou seja, se um dia você não escrever, bom, não se cobre, mas que a escrita se converta em um hábito, sabe? E, por exemplo, eu estava pensando, você olha seu e-mail

todos os dias, certo? Você vai ao escritório e com certeza lê seu e-mail todos os dias. Então, por que não escrevemos todos os dias?

Pense, a primeira coisa da manhã, ou na hora antes de eu ir comer, colocar em sua agenda uma hora, pelo menos, por dia para escrever. Para escrever um rascunho, tanto faz. E no final são muitas palavras que se acumulam. Tornam o processo muito mais fácil.

RB: Você quer dizer escrever, digamos, sobre coisas científicas ou em geral, como um post de blog, ou e-mail, em uma rede social.

AP: Na verdade, qualquer coisa. O melhor seria os artigos que você tem que escrever. Mas se um dia você não sentir vontade de escrever artigos, mas quiser escrever para um blog, então o blog.

RB: Pensamos nas pessoas que não são do meio acadêmico, mas que, no entanto, têm interesse em aprender a escrever, porque têm opiniões e querem escrevê-las de uma forma que alcance mais pessoas.

AP: Sim, sim. Bem, então escreva todos os dias. Na verdade, agora estou fazendo cursos e sigo pessoas, não cientistas, mas do mundo do marketing online, empresas online e coisas assim. E no final, por exemplo, em qualquer tipo de negócio online dizem que o mais importante é escrever. Aqui também! A escrita! porque ... bem, os e-mails que envio para vocês, o blog, a redação nos sites web, a escrita quando você vende coisas, a escrita nas redes sociais.

Porque em qualquer negócio online ou não online você tem que escrever. Tenho até colegas que trabalharam na universidade e agora trabalham quase todos como cientistas, mas em empresas privadas. E lá eles também precisam escrever muito. Têm que escrever relatórios de experimentos. Inclusive na empresa particular eles têm que escrever os projetos para que a empresa, digamos, dê o dinheiro. Os diferentes departamentos têm que apresentar projetos. Ou seja, até nas empresas particulares têm que escrever muito.

E quanto mais você faz, qualquer tipo de escrita, quanto mais consistente você é, mesmo por uma hora, ou meia

hora a mais, mais fácil é todo dia começar.

Bem, existe um estudo muito legal por aí que mostra que não apenas você produz mais palavras no total, mas também você gera ideias mais criativas. Isso é superinteressante, porque eles dizem que quando você escreve, digamos que seu cérebro está processando ideias e então o fato de você estar escrevendo e processando essas ideias gera novas conexões e cria mais novas ideias.

RB: Como controlar a ansiedade para manter a produtividade?

AP: Manter a produtividade, eu acho que você tem que aceitar que não pode. A menos que as pessoas tenham ajuda, sabe? Digamos que talvez um do casal não esteja trabalhando. Agora na pandemia suponho que você não pode contratar pessoas. Mesmo se você estiver sozinho, né? Para querer manter a produtividade nessa situação tão diferente e tão instável. Você tem que aceitar que não vai conseguir.

Mas suponho, e é o que acontece comigo, você não quer ficar na cama, se cobrir e esperar que a pandemia passe, certo? Porque isso também é muito

deprimente. O que a maioria das pessoas gostaria é permanecer ativo e fazendo coisas.

E bem, eu não sei. Olha, há coisas que funcionaram para mim. Não assistir, não ler as notícias. Não assistir as notícias em vídeo. Tive que limitar muito meu uso do Twitter porque se não ia entrar em um círculo de medo e de ver notícias negativas, porque tudo era basicamente negativo, certo?

E bem, no final eu tive uma semana de entrar em pânico com as notícias. Tive que falar pra algumas pessoas não me mandarem mensagens tipo aquelas notícias que amigos mandam pra você pelo WhatsApp e tal. Tive de dizer a algumas pessoas que não me enviassem essas mensagens, que não me interessavam.

E aí fiquei um pouco isolada de todo esse bombardeio, acho que pode nos fazer muito bem. Aceitar isso, que não estamos numa situação normal. E então priorizar as coisas mais importantes, certo? É dizer, o que eu realmente preciso fazer? O que é mais importante para mim? É gastar duas horas respondendo e-mails? Provavelmente não. Porque quando

you are responding to e-mails, you are doing something for others.

What is it that you really do to advance in your science? If you are supervising students or something like that, you have to attend to your students, that's clear. But, for example, write, reserve some time and write. This helps me a lot and I think many people do too. It's also nice to see that you are producing, because you see that you are putting words on a page. Not writing all day, maybe an hour. This can help a lot. It's about prioritizing and managing time very, very well.

Another day I was talking to the students, you lock yourself in a room and leave your cell phone in another room in silence, during the whole morning. And many of them said: "I can't do this", in my life I have already done this. This is the best thing you can do at any moment, with a pandemic and without a pandemic.

RB: Como a escrita pode ajudar no estado de ânimo ou em caso de crise?

AP: Escrever é uma atividade de *mindfulness* (atenção plena). E por exemplo, essa coisa que fazíamos quando crianças de escrever um diário,

in English they call it *journaling*: Do it every day, write, not like scientific, just note your feelings, your impressions of the day, like how you felt. These journals of gratitude, write every day: I will write three stories of things that I am grateful for today. And they can be short.

Tipo: My husband makes me coffee in the morning. I like to get up and start writing or doing something like that on the computer. And he makes me a great coffee that I love. And that moment when you smell the coffee and that is one of my things to be grateful for every day. Well, be grateful for the coffee you drink at three in the afternoon, that you love.

Or be grateful because you are healthy, without coronavirus and with your whole family. Do whatever you want, do whatever comes to your mind. Play a little with these ideas. Don't just talk about coffee, talk a little more, because coffee makes you happy, the thing you were doing when that coffee made you happy, because you think that coffee makes you happy, like we can have that moment of happiness or that thing that makes us feel good, like we can have more days, in more moments of the day.

Então, tudo aquilo gera algum tipo de conexão no cérebro. E há evidência de como as pessoas que fazem esses diários de gratidão são mais felizes. E é um dos exercícios, que por exemplo, parece que muitos terapeutas [recomendam] para pessoas que têm problemas mentais de depressão ou coisas assim. É uma das coisas que eles mandam.

RB: E nesses cursos, na forma como você aborda, você faz as duas coisas, então? Você dá ajuda técnica e nesta parte do gerenciamento de pensamentos? Em que consiste o treino e apoio que você fornece para as pessoas que tomam o curso?

AP: Sim, claro. Mais ou menos 60% do conteúdo do curso é sobre a escrita. Como qualquer outro curso de redação científica por aí. O que deve ser escrito em cada seção? Erros comuns. Também um pouco sobre a gramática da construção do texto com a que às vezes as pessoas têm dificuldades.

Também vemos coisas de gráficos, como fazer um layout gráfico ideal. Esse tipo de coisa é mais ou menos 60%. Um 20% é sobre produtividade, porque eu acho que é

uma coisa básica, que pelo menos não me ensinaram o suficiente foi como administrar o dia, o tempo, todos os projetos que você realiza, para poder encontrar tempo para escrever.

RB: Qual é o papel da divulgação científica?

AP: Acho que tem um papel fundamental, porque quase toda a ciência do mundo é pública. Não sei no seu caso, mas todos esses anos que trabalhei foram pagos com bolsas, contratos universitários ou bolsas de agências, que no final realmente vêm do povo, de seus impostos.

Então, quando eu morava na Espanha e as pessoas, como meus pais, com seus impostos me pagavam minhas bolsas e meus projetos. E eu só publicava em revistas científicas em inglês, com uma linguagem científica. Então, aquelas pessoas que pagavam com seus impostos por essa ciência, nunca iriam descobrir ou tomar conhecimento.

Portanto, vejo isso novamente como um círculo em que você devolve a eles essa informação também. Quando eu estava trabalhando em questões mais aplicadas, vi isso muito

claramente, porque o que eu queria era que os agricultores a aplicassem.

A divulgação era importante, em revistas, como a Bioika, eu publiquei em algumas delas. Tem uma na Espanha chamada “Phytoma” que é bastante famosa para os técnicos agrícolas. Uma outra é "Cadernos da Biodiversidade" que é mais parecida com o Bioika. Também fiz uns panfletos com o resultado da minha tese que distribuí por cooperativas agrícolas. Um pouco para fechar o círculo também, para deixar a população saber o que você faz, porque se não a informação não vai chegar até eles

RB: Como a divulgação científica pode contribuir aos países em desenvolvimento?

AP: Às vezes ouço essas coisas que são muito bonitas, mas não lembro quem as disse. Que nos países em desenvolvimento, eles realmente têm uma oportunidade de fazer bem as coisas, porque têm um exemplo, muito bom, vários exemplos muito bons de como fazer errado, certo? Então, não vamos fazer como eles que já fizeram e vamos fazer certo.

Principalmente agora, ou seja, tenho a sensação de que nos últimos anos está muito mais na mídia e as pessoas estão muito mais conscientes de que o meio ambiente deve ser cuidado.

No meu círculo de amigos se fala muito sobre o problema do CO₂ que temos e agora essa pandemia, que vem basicamente da falta de respeito aos recursos naturais. Bem, na hipótese de que tudo começou aí.

Então eu acho que as pessoas estão cientes de como a conservação do meio ambiente e a interação desses recursos naturais conosco podem, de fato, nos ajudar a desenvolver uma sociedade mais sustentável no final. E isso é algo que penso desde que fazia minha tese, queremos um desenvolvimento sustentável e produtivo ao mesmo tempo. E isso é possível.

Portanto, o objetivo não é dizer que se eu fizer todas essas coisas com responsabilidade não podemos produzir. Não, existem muitos exemplos de que é possível. Por exemplo, na agricultura o controle biológico, o controle de pragas com

outros insetos, em quase todos os casos que trabalhamos em estufas, por exemplo, é basicamente mais produtivo do que o uso de produtos químicos.

RB: Suponhamos que em sua área de interações entre plantas, insetos e o microbioma do solo, existam 10.000 especialistas. Suponhamos que existam 100 mil especialistas, exagerando. Se você faz um artigo ele atinge 100.000 pessoas e a ideia é que, digamos, muito desse conteúdo possa chegar a milhões de pessoas. Como ampliar o alcance dos artigos científicos?

AP: Claro, e com isso o que estou vendo também é como jornalistas científicos, pessoas que trabalham cem por cento do seu tempo na comunicação científica. O contato com essas pessoas também pode ser muito interessante, porque essas pessoas não vão ler o artigo superespecializado do *Journal of Experimental Botany*. Eles vão ler o artigo na revista Bioika ou em um blog, ou em outro tipo de mídia e a partir daí escreverão outro artigo onde vão falar sobre o tema de interesse, certo? Na imprensa escrita ou no rádio.

Bem, e é isso que estou lhe dizendo, que acho que como cientistas, especialmente jovens cientistas, é importante que seus supervisores motivem a enviar esses artigos de divulgação. Ou, por exemplo, que a universidade tenha uma assessoria de imprensa que, ao publicar um artigo, lhe ajudem ao estudante a escrever uma matéria no jornal, também que a universidade a publique.

Na [universidade de] Wageningen tem uma assessoria de imprensa e com alguns artigos e tal, eles escreviam uma matéria, aparecia no site da universidade e de lá foram publicados nos jornais. Chamavam o pessoal da rádio, eles faziam uma entrevista para a rádio e tal. E é assim, no final, que muitas mais pessoas saberão das publicações científicas.

RB: Como escrever para uma sociedade que cada vez lê menos?

AP: Bem, você tem que escrever menos. Você tem que deixar a mensagem mais curta, mais clara, "direto ao ponto". E então, por exemplo, você tem que usar coisas como vídeos. As pessoas assistem muito ao YouTube. Meus filhos adoram o youtube. E as

redes sociais. Às vezes, uma imagem vale mais que mil palavras. Bom, uma foto com um título atraente vai incentivar a pessoa a clicar e ler um pouco mais, sabe?

Importante o começo de uma história, que seja uma história na que você cria ação, intriga, que não tenha muito texto difícil de ler. Que seja fácil de ler. Isso faz com que as pessoas continuem lendo e no final leiam na íntegra. Tudo isso começa com uma foto que chama a atenção, sabe? Para que eles cliquem no link. A mídia é muito importante.

Por exemplo, não estou no instagram, eu nunca posto nada. Mas parece que, por exemplo, as histórias do instagram, que são pequenos vídeos que aparecem acima, que são como coisas "pequenas e estranhas", tem um pouco de vídeo, de imagem e de texto, fazem muito sucesso.

Então, eu acho que temos que ficar atentos disso. De que as pessoas leem menos, mas não passam menos tempo na frente da mídia. Então você tem que brincar um pouco com a mídia rápida.

RB: Poderia então escrever para outra mídia. Porque de qualquer forma, para fazer um vídeo, um podcast, você tem que escrever.

AP: Claro que você tem que escrever, mas aí você coloca na forma de um vídeo ou na forma de um podcast. É comunicação em diferentes formatos.

RB: Escrever menos e mais ao ponto.

AP: Sim, se você puder passar a mensagem em duas palavras, melhor do que em 10.

RB: Pode mencionar cinco dicas para melhor a escrita das nossas opiniões?

AP: Outra coisa que um dos professores com quem estou fazendo um curso diz, é que você tem que fazer as coisas antes de se sentir pronto. Então se você quer comunicar ideias então "agora é o momento". Vá para a rede social que você tem agora, porque no final todo mundo tem uma rede. Mesmo se for o Facebook ou qualquer outra. Começa com postagens nas redes sociais. Assim você começa a

comunicar suas ideias e isso é rápido. Com isso você já começa.

E depois, você pode procurar revistas de divulgação como a Bioika ou alguma outra de tópicos diferentes. Esses são ótimos meios. Ou postagem no blog. Acho que as pessoas que têm blogs ficam super felizes de que outras pessoas escrevam artigos para elas e os publiquem com seu nome e tudo mais.

E por exemplo, no assunto ciência, muitas revistas também têm blogs. Por exemplo, eu sou editora do *Journal of Ecology* e eles têm um blog do *The Journal of Ecology*, que publica um post de ecologia, mas também mais orientado para todos os públicos.

São apenas três dicas, vocês me pediram cinco

Outra coisa importante, um pouco associado a começar antes de se sentir pronto, porque parece que nisso de escrever em blogs e também nas redes sociais, o que eu estava te contando, que muita gente se sente assim, um pouco insegura de quem pode se interessar por isso que tenho para dizer. Ou, que postagem ruim que eu escrevi, quando você vê outros

blogueiros ou outras pessoas que escrevem coisas super legais.

Mas é claro, quando você está começando, tem que pensar que você está começando. Quando essas pessoas começaram, elas não escreviam tão bem como agora. Também é uma coisa prática. Então você tem que aceitar que ao princípio não será perfeito.

Edição: Alfonso Pineda, Alejandro Vallejo e David González.

Colaboração: Ana Marcela Hernández Calderón, Alexandrina Pujals, Isabela Machado, Gabriela Doria y Ángela Gutiérrez C.

Citação: Pineda, Ana. 2020. Entrevista por Alfonso Pineda. *A importância de escrever e divulgar o conhecimento: dicas para aprimorar a redação e aumentar o alcance de nossa mensagem*, Revista Bioika, edição #6. Disponível em: <https://revistabioika.org/pt/entrevista/post?id=97>